Niveau(x) d'enseignement: 4 Numéro EDUQ : 8370384
Centre d'intérêt: 240

Belliveau, Rosella.

Enquête sur les habitudes alimentaires des étudiants de niveau secondaire du territoire du DSC de Rimouski / Rosella Belliveau ; [pour le] Département de santé communautaire de Rimouski, 1977
ii, 35 f. ; 28 cm.

En tête du titre: Document de travail.

Cote Dewey: 373.1716'09714/B444e Cote LC: LB/3479/.C38

Descripteur(s): *Alimentation *Cafétéria *Secondaire (Niveau)

Identificateur(s) de sujet: *Habitudes alimentaires

Présentation des résultats d'une enquête sur les habitudes alimentaires au secondaire sur le territoire du Département de santé communautaire de Rimouski. Deux points sont principalement abordés: 1. la fréquence et la composition des repas ou collations; 2. la fréquence de consommation des groupes d'aliments.

L'enquête a eu lieu en 1976-1977 auprès d'un échantillon de 10% des élèves de secondaire III des secteurs de Rimouski, Mont-Joli, Matane, Ste-Anne-des-Monts, Amqui et Matapédia. Les 264 élèves de l'échantillon devaient remplir un questionnaire portant sur leurs habitudes alimentaires.

Au total, 23% des élèves consomment un déjeuner complet alors que 54% déjeunent peu ou pas. De même, 27% prennent des collations nutritives alors que 56% consomment lors des collations des aliments dépourvus de toute valeur nutritive. En général, on note une très faible consommation de lait, de fruits et de légumes, particulièrement chez les filles.

Type de document: r
Région(s) administrative(s): 01
Notice(s) connexe(s): 8270938
Auteur de l'analyse: ar

E D U Q 8370384

DOCUMENT DE TRAVAIL

ENQUETE SUR LES HABITUDES ALIMENTAIRES DES ETUDIANTS DE NIVEAU SECONDAIRE DU TERRITOIRE DU DSC DE RIMOUSKI

ROSELLA BELLIVEAU
DIETETISTE/NUTRITIONNISTE
D.S.C. DE RIMOUSKI

AOUT 1977

TABLE DES MATIERES

LISTE DES TABLEAUX 1

AVANT-PROPOS 11

INTRODUCTION .....

VARIABLES A L'ÉTUDE 1

ECHANTILLON 1

MÉTHODE D'ENQUETE 3

FRÉQUENCE ET COMPOSITION DES REPAS 3

1. FRÉQUENCE DES REPAS 3
2. DÉJEUNER 5
3. FRÉQUENCE DU DÉJEUNER 8
4. LE DINER 10
5. COLLATIONS 12

LES GROUPES D'ALIMENTS 14

1. LAIT 14
2. FRUITS ET LÉGUMES 16
3. PAIN ET CÉRÉALES 21
4. VIANDES 24

SYNTHESE DE L'ANALYSE DES RÉSULTATS 28

PARTICULARITÉS DES HABITUDES ALIMENTAIRES SELON LES SECTEURS 31

COMPARAISON DES RÉSULTATS OBTENUS DE L'ENQUETE NUTRITION CANADA (QUÉBEC) ET CEUX DU TERRITOIRE DU D.S.C. DE RIMOUSKI 33

CONCLUSION 35

LISTE DES TABLEAUX

TABLEAU 1	COMPOSITION DE L'ÉCHANTILLON	2
TABLEAU 11	FRÉQUENCE DES REPAS PAR SECTEUR	4
TABLEAU 111	TYPES DE DÉJEUNER/SECTEURS/TERRITOIRE D.S.C.	6
TABLEAU 1V	FRÉQUENCE DU DÉJEUNER	9
TABLEAU V	CADRE PHYSIQUE DU DINER	11
TABLEAU V1	TYPES DE COLLATIONS	13
TABLEAU V11	LAIT - QUANTITÉ CONSOMMÉE	15
TABLEAU V111	FRUITS - QUANTITÉ CONSOMMÉE	17
TABLEAU 1X	LÉGUMES - QUANTITÉ CONSOMMÉE	19
TABLEAU X	PAIN - QUANTITÉ CONSOMMÉE	22
TABLEAU X1	CÉRÉALES - QUANTITÉ CONSOMMÉE	23
TABLEAU X11	VIANDES - QUANTITÉ CONSOMMÉE	25
TABLEAU X111	FOIE - QUANTITÉ CONSOMMÉE	27
TABLEAU X1V	CONSOMMATION SELON LES QUANTITÉS RECOMMANDÉES D'APRES LES REGLES ALIMENTAIRES CANADIENNES POUR ADOLESCENTS	29
TABLEAU XV	QUANTITÉ MOYENNE D'ALIMENTS CONSOMMÉS QUOTIDIENNEMENT D'APRES LES RÉSULTATS OBTENUS DE L'ENQUETE NUTRITION CANADA (QUÉBEC) ET CEUX DU TERRITOIRE DU DSC DE RIMOUSKI ..	33

AVANT-PROPOS

Nous remercions sincèrement les Commissions Scolaires et chacune des infirmières du secteur scolaire du Département de Santé Communautaire de Rimouski pour leur collaboration, ainsi que tous les étudiants qui ont participé à l'enquête.

Rosella Belliveau,
Diététiste/nutritionniste,
Département de Santé Communautaire,
Rimouski.

INTRODUCTION

En août 1976, le Département de Santé Communautaire de Rimouski entreprit de faire une enquête sur les habitudes alimentaires des étudiants de niveau secondaire de son territoire.

Il s'agissait dans un premier temps de vérifier la concordance entre les habitudes alimentaires des étudiants de son territoire avec celles déjà établies lors d'études précédentes réalisées à une plus grande échelle.

Dans un second temps, faire ressortir par secteur les différences et finalement, prendre une mesure dans le temps qui permette à moyen terme de vérifier l'évolution de la situation après l'implantation d'actions préventives.

Toutefois, l'objectif premier de cette enquête était de connaître les habitudes élémentaires des étudiants de niveau secondaire afin d'identifier les principales carences éventuellement améliorables par un "programme d'action préventive".

Nous présentons ci-après, les principaux résultats de cette enquête.

±±±

VARIABLES A L'ÉTUDE:

Pour les fins d'analyse, deux variables indépendantes ont été retenues soit le secteur de résidence et le sexe. Le territoire a été divisé en six (6) secteurs soient: Rimouski, Mont-Joli, Matane, Ste-Anne-des-Monts, Amqui et Matapédia. Ceux-ci correspondent aux divisions de C.L.S.C. établies par le M.A.S.

Pour sa part, l'étude des habitudes alimentaires a été faite selon deux (2) grandes divisions, à savoir, les horaires et la qualité des repas ainsi que la consommation d'aliments en regard des différents groupes d'aliments telle qu'établie dans le Guide Alimentaire Canadien.

ÉCHANTILLON:

L'enquête a été effectuée auprès d'un échantillon de deux cent soixante quatre (264) étudiants de secondaire III. Ceux-ci ont été choisi au hasard pour constituer un échantillon de 10% de cette population. L'âge des répondants variait entre 14 et 16 ans.

Le tableau qui suit présente la composition de cet échantillon.

TABLEAU 1

COMPOSITION DE L'ECHANTILLON:

SECTEUR	FILLES	GARCONS	TOTAL
Rimouski	54	49	103
Mont-Joli	15	15	30
Matane	7	27	34
Ste-Anne-des-Monts	15	14	29
Amqui	32	24	56
Matapédia	8	4	12
Total	131	133	264

MÉTHODE D'ENQUETE:

Les données ont été recueuillies à l'aide d'un questionnaire remis à chacun des étudiants par l'infirmière de chacune des écoles. Ce questionnaire comprenait quinze (15) questions et était divisé en deux (2) sections.

Une section portant sur les groupes des aliments recommandés par le Guide Alimentaire Canadien et une autre section portant sur la fréquence et la composition des repas. Cette dernière a été remplie sur une période de trois (3) jours consécutifs.

Toutes les données recueuillies ont été traitées par ordinateur.

ANALYSE DES RÉSULTATS:

A) FRÉQUENCE ET COMPOSITION DES REPAS

1. FRÉQUENCE DES REPAS:

Si l'on considère les résultats pour l'ensemble du territoire selon le sexe, on note des différences importantes entre les filles et les garçons, 83% contre 73% de filles prennent trois (3) repas par jour.

Les secteurs où cette différence est la plus marquée sont Ste-Anne-

des-Monts, Amqui et Rimouski. Alors que pour Mont-Joli et Matane on ne note aucune différence. Par ailleurs, pour le secteur de Matapédia on retrouve un résultat inverse, il faut noter toutefois que le nombre de répondant pour ce secteur est relativement faible.

TABLEAU II FRÉQENCE DES REPAS PAR SECTEUR

SECTEURS	NOMBRE DE REPAS					
	3 REPAS +		2 REPAS		1 REPAS	
	M	F	M	F	M	F
Rimouski	80%	67%	18%	30%	2%	3%
Mont-Joli	87%	87%	13%	13%	-	-
Matane	85%	86%	15%	14%	-	-
Ste-Anne-des-Monts	93%	73%	7%	20%	-	7%
Amqui	83%	69%	17%	31%	-	-
Matapédia	75%	88%	25%	12%	-	-
Total D.S.C.	83%	73%	16%	25%	1%	2%

2. DÉJEUNER:

Sous l'item déjeuner, trois (3) catégories ont été établies. Ces catégories ou types de déjeuners sont:

I. Déjeuner complet:
Un déjeuner complet comprend un aliment de chacun des quatres (4) groupes d'aliments du Guide Alimentaire Canadien. Les quatre (4) groupes sont:

1. lait et des produits laitiers
2. fruits et légumes
3. pain et des céréales
4. viandes et substituts

2. Déjeuner non complet:
Un déjeuner non complet comprend des aliments consommés à l'intérieur de deux (2) ou trois (3) des quatre (4) différents groupes du Guide Alimentaire Canadien.

3. Déjeuner peu ou pas:
Les déjeuners composés d'un aliment faisant parti d'un des groupes du Guide Alimentaire Canadien tel que rôties et café ou rôties et confitures font partie de ce type de déjeuner ainsi que ceux n'ayant pris aucun aliment.

TABLEAU III - DÉJEUNER/SECTEURS/TERRITOIRE D.S.C.

TYPES DE DEJEUNER	RIMOUSKI		MONT-JOLI		MATANE		STE-ANNE-DES-MONTS		AMQUI		MATAPÉDIA		D.S.C.		
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	TOTAL
Déjeuner complet	33%	11%	47%	13%	33%	-	7%	-	35%	22%	-	50%	31%	15%	23%
Déjeuner non complet	22%	11%	13%	27%	26%	27%	36%	33%	22%	28%	50%	25%	24%	21%	23%
Déjeuner peu ou pas	45%	78%	40%	60%	41%	73%	57%	67%	43%	50%	50%	25%	45%	64%	54%

On remarque au tableau III que les garçons obtiennent un pourcentage supérieur aux filles concernant la consommation d'un déjeuner complet. Seul le secteur de Matapédia fait exception.

Si l'on analyse plus en détail la consommation d'un déjeuner chez les garçons, on remarque que le pourcentage le plus faible quant au déjeuner complet est pour le secteur de Ste-Anne-des Monts (7%) alors que le pourcentage le plus élevé est pour le secteur de Mont-Joli (47%). La moyenne chez les garçons étant de 31%.

Chez les filles, à Ste-Anne-des-Monts et à Matane, les pourcentages sont nuls en ce qui concerne les déjeuners complets. Quant à la catégorie déjeuner peu ou pas, les pourcentages les plus élevés, chez les filles, se retrouvent à Rimouski et Matane avec des résultats respectifs de 78% et 73%.

Si l'on considère les résultats pour l'ensemble du D.S.C., on constate que les garçons ont de meilleures habitudes alimentaires que les filles à ce niveau, 31% comparativement à 15%. Toutefois, ce premier pourcentage n'est pas élevé. En effet, le pourcentage d'étudiants qui déjeune peu ou pas est de 45% chez les garçons comparativement à 64% chez les filles.

Le pourcentage total des étudiants et étudiantes du territoire consommant un déjeuner complet est de 23%, alors qu'on retrouve 54% des étudiants qui déjeunent peu ou pas.

3. FRÉQUENCE DU DÉJEUNER:

Le tableau IV nous indique que:

1° Environ 81% des étudiants sélectionnés ont l'habitude de prendre un déjeuner et que seulement 11% ne le font jamais ou rarement.

2° En moyenne 81% des étudiants disent avoir déjeuner tous les matins. Si l'on compare ces résultats à ceux du tableau précédent, on remarque que moins du quart des étudiants prennent un déjeuner complet.

En fait, plus de la moitié d'entre eux ont des habitudes alimentaires non adéquates.

De façon générale, ces résultats correspondent assez fidèlement à ceux obtenu par l'enquête alimentaire en milieu scolaire (niveau secondaire) réalisé par le Ministère des Affaires Sociales en 1971 et dont les résultats respectifs étaient de 84% des étudiants qui déjeunaient et 15% des étudiants qui ne déjeunaient pas.

TABLEAU IV - FRÉQUENCE DU DÉJEUNER

FRÉQUENCE DU DÉJEUNER	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.
1. Tous les matins	76%	93%	79%	76%	86%	82%	81%
2. 2 à 6 fois par semaine	11%	-	9%	10%	5%	-	8%
3. 1 fois ou moins par semaine	13%	7%	12%	14%	9%	18%	11%

De plus, ces résultats correspondent à ceux obtenus par l'étude des infirmières des services de santé scolaire de 1973-74 qui ont obtenu des résultats de 80% et 4% respectivement. Il en est de même pour l'étude portant sur les habitudes alimentaires des étudiants de niveau secondaire de la C.S.R.P.T. réalisé par le D.S.C. de Montmagny dont les résultats étaient de 80% et 5% respectivement.

4. LE DINER:

Pour ce repas, deux (2) aspects ont retenu notre attention, l'endroit du diner et la fréquence.

Le tableau qui suit nous donne les résultats obtenus.

TABLEAU V - CADRE PHYSIQUE DU DINER

ENDROIT	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
A la maison	54%	37%	38%	79%	25%	-	43%	46%	44%
A la cafétéria ou apporte un lunch	45%	53%	62%	21%	73%	100%	55%	52%	54%
Ne dine pas	1%	10%	-	-	2%	-	2%	2%	2%

On note, suite à ce tableau que 98% des étudiants dinent, dont 45% à la maison et 55% à l'école, soit en utilisant les services de la cafétéria ou en apportant leur repas.

On note aucune différence significative entre filles et garçons. On distingue toutefois trois (3) secteurs où les étudiants dinent à l'école dans des proportions plus élevées soient: Matane, Amqui et Matapédia.

5. COLLATIONS:

Le tableau qui suit présente les différents types de collation prises pour les secteurs du territoire.

TABLEAU VI - TYPES DE COLLATIONS

TYPES DE COLLATIONS	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
* Collations nutritives	31%	30%	30%	11%	28%	8%	24%	30%	27%
** Collations plus ou moins nutritives	16%	23%	12%	21%	18%	17%	15%	20%	17%
*** Collations non nutritives	53%	47%	58%	68%	54%	75%	61%	50%	56%

* *Le terme collations nutritives correspond à trois (3) jours sur trois (3) où l'on consomme des collations nutritives.*

** *Le terme collations plus ou moins nutritives correspond à deux (2) jours sur trois (3) où l'on consomme des collations nutritives et une (1) journée sur trois (3) des collations non nutritives.*

*** *Le terme collations non nutritives correspond à deux (2) et à trois (3) jours sur trois (3) où l'on consomme des collations non nutritives tels que chips, boisson gazueses, chocolat, pâtisseries, etc....*

De ce tableau, on constate que les collations non nutritives sont les plus populaires auprès des étudiants et ce, pour tous les secteurs. Toutefois, on remarque une plus grande proportion de garçons (61%) dans cette catégorie que de filles (50%).

Ainsi, pour l'ensemble des étudiants de l'échantillon, 27% prennent des collations nutritives comparativement à 56% qui consomment des aliments sans aucune valeur nutritive.

B) LES GROUPES D'ALIMENTS

Le Guide Alimentaire Canadien détermine quatre (4) groupes d'aliments qu'il est nécessaire de manger quotidiennement. Ces quatre (4) groupes d'aliments sont:

1° lait et produits laitiers;
2° fruits et légumes;
3° pain et céréales;
4° viandes et substituts.

Non seulement est-il nécessaire de manger des aliments de chaque groupe mais encore faut-il en manger en quantité suffisante.

1. LAIT:

Le tableau VII indique que:

TABLEAU VII - LAIT - QUANTITÉ CONSOMMÉE

CONSOMMATION DE LAIT	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
4 tasses ou plus par jour	25%	33%	35%	21%	23%	8%	29%	23%	26%
1 tasse à 3 tasses par jour	40%	57%	47%	52%	38%	59%	44%	45%	44%
Seulement dans le thé ou le café ou aucun	35%	10%	18%	27%	39%	33%	27%	32%	30%

- Environ 26% des étudiants du territoire du D.S.C. se conforment aux normes alimentaires concernant la quantité de lait recommandée quotidiennement.

- Environ 45% des étudiants consomment entre une (1) tasse et trois (3) tasses de lait par jour. Cette quantité de lait ne répond pas toutefois aux besoins de l'adolescent.

- Environ 30% des étudiants ne consomment pas de lait ou alors seulement dans le thé ou le café.

- Les filles ont tendance à consommer moins de lait que les garçons.

- Les étudiants du secteur d'Amqui ont la plus faible consommation de lait comparablement aux autres secteurs du territoire. Environ 39% ne prennent pas de lait ou en consomment seulement dans le thé ou le café.

- Les étudiants du secteur de Mont-Joli ont une plus grande consommation de lait comparativement aux autres secteurs du territoire. Seulement 10% ne consomment pas de lait ou n'en consomment que dans le thé ou le café.

D'après d'analyse du tableau 1'on peut déduire que plus du quart des étudiants ont un apport insuffisant en calcium et en vitamine D.

2. FRUITS ET LEGUMES:

TABLEAU VIII - FRUITS - QUANTITÉ CONSOMMÉE

CONSOMMATION DE FRUITS	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOT
2 fruits ou plus par jour	36%	47%	33%	27%	42%	16%	40%	33%	3
1 fruit par jour	34%	43%	30%	21%	36%	42%	36%	32%	3
Aucun fruit	30%	10%	37%	52%	22%	42%	24%	35%	3

A) FRUITS:

Le tableau VIII nous indique que:

- Environ 36% des étudiants ont l'habitude de manger deux (2) fruits par jour tel que recommandé par le Guide.

- Environ 34% des étudiants ont l'habitude de manger un (1) fruit par jour.

- Environ 30% des étudiants ne consomment aucun fruit.

- Les filles consomment moins de fruits que les garçons. Environ 35% des filles ne consomment aucun fruit comparativement à 25% chez les garçons.

- Les étudiants du secteur de Mont-Joli ont la plus grande consommation de fruits.

- Les étudiants du secteur de Ste-Anne-des-Monts ont la plus faible consommation de fruits.

B) LÉGUMES:

Le tableau IX pour sa part nous indique que:

TABLEAU IX - LÉGUMES - QUANTITÉ CONSOMMÉE

CONSOMMATION DE LÉGUMES	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
2 légumes ou plus par jour	26%	27%	24%	17%	25%	25%	30%	19%	24%
1 légumes ou plus par jour	42%	50%	53%	52%	43%	42%	48%	43%	46%
Aucun légumes	32%	23%	23%	31%	32%	33%	22%	38%	30%

- Environ 25% des étudiants ont l'habitude de consommer deux (2) portions de légumes par jour tel que recommandé par le Guide.

- Environ 46% des étudiants ont l'habitude de consommer une (1) portion de légumes par jour.

- Environ 30% des étudiants ne consomment aucun légume .

- Les filles ont de moins bonnes habitudes que les garçons pour la consommation de légumes. Environ 38% ne consomment pas de légumes comparativement à 22% chez les garçons.

- Les étudiants du secteur de Mont-Joli ont la plus grande consommation de légumes.

D'après l'analyse de ces deux (2) tableaux, trois (3) points importants sont à noter:

1° Les filles ont de plus faible consommation de fruits et de légumes que les garçons.

2° Le pourcentage des étudiants ne consomment aucun fruit et aucun légume est de 30%.

3° Les étudiants du secteur de Mont-Joli ont une plus grande consommation de fruits et de légumes et il en ait ainsi pour la consommation du lait au tableau VII.

3. PAIN ET CÉRÉALES:

Le tableau X portant sur la quantité de pain consommée nous indique que:

- Environ 74% des garçons du territoire se conforment au standard alimentaire concernant la quantité de pain à consommer quotidiennement comparativement à 41% chez les filles.

- Environ 16% des filles ne consomment qu'une portion de pain ou moins comparativement à 4% chez les garçons.

- Environ 43% des étudiants de l'échantillon consomment trois (3) portions et moins de pain. Cette quantité ne répond pas aux besoins de l'adolescent.

Le tableau XI nous indique quant à la consommation de céréales que:

- Environ 37% des étudiants ont l'habitude de consommer des céréales. Il faut noter que l'on n'a pas étudié la sorte de céréale consommée soit des céréales de grain entier, des céréales raffinées enrichies, des céréales raffinées non enrichies ou des céréales sucrées.

- Environ 63% des étudiants ne consomment auncune céréale.

- Les filles ont une consommation moins élevée en céréales que les garçons.

TABLEAU X - PAIN - QUANTITÉ CONSOMMÉE

CONSOMMATION DE PAIN	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
4 à 6 portions	59%	53%	62%	55%	54%	58%	74%	41%	57%
2 à 3 portions	32%	37%	35%	21%	34%	42%	22%	43%	33%
1 portion et moins	9%	10%	3%	24%	12%	-	4%	16%	10%

TABLEAU XI - CÉRÉALES - QUNATITÉ CONSOMMÉE

CONSOMMATION DE CÉRÉALES	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
Une portion ou un bol	38%	50%	36%	21%	40%	25%	43%	31%	37%
Aucun	62%	50%	64%	79%	60%	75%	57%	69%	63%

D'après l'analyse de ces deux (2) tableaux, il y a une marge assez importante entre les garçons et les filles concernant la consommation du pain.

Par ailleurs, les céréales sont peu négligées comme on peut le constater au dernier tableau.

4. VIANDES:

Le tableau XII nous indique que:

- La majorité des étudiants (85%) ont l'habitude de prendre une portion ou plus de viande par jour tel que recommandé par les règles alimentaires et seulement 6% en prennent peu ou pas.

- Les filles semblent consommer un peu moins de viande que les garçons. Chez les filles 8% en consomment peu ou pas comparativement à 3% chez les garçons.

Le tableau XIII sur la consommation du foie nous indique que:

- Seulement 18% des étudiants se conforment à la règle alimentaire qui est de consommer du foie une fois par semaine.

- Environ 64% des étudiants en consomment rarement.

- On note une consommation moindre chez les filles.

TABLEAU XII - VIANDES - QUANTITÉ CONSOMMÉE

CONSOMMATION DE VIANDE	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
1 portion ou plus par jour	88%	80%	85%	86%	82%	83%	87%	84%	85%
Pas tous les jours	4%	13%	12%	10%	13%	17%	10%	8%	9%
Aucune viande ou peu	8%	7%	3%	4%	5%	-	3%	8%	6%

D'après l'analyse de ces deux (2) tableaux l'on constate que dans l'ensemble, la consommation d'aliments du groupe des viandes satisfait les besoins en protéines chez les adolescents.

Toutefois, la consommation du foie n'est pas assez élevée comme on peut le constater au tableau XIII.

TABLEAU XIII - FOIE - QUANTITÉ CONSOMMÉE

CONSOMMATION DE FOIE	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	AMQUI	MATAPÉDIA	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
1 fois par semaine	17%	21%	15%	27%	14%	9%	20%	15%	18%
1 fois par 2 semaines	17%	17%	21%	14%	24%	9%	20%	16%	18%
Rarement	66%	62%	64%	59%	62%	82%	60%	69%	64%

SYNTHESE DE L'ANALYSE DES RESULTATS

Les résultats obtenus en ce qui concerne la fréquence et composition des repas correspondent assez fidèlement aux résultats déjà obtenus lors d'enquête similaire.

Les résultats les plus significatifs sont ceux portant sur le déjeûner et les collations. Aussi, on constate que 23% des étudiants consomment un déjeûner complet pour 54% qui déjeunent peu ou pas. Quant aux collations 27% prennent des collations nutritives comparativement à 56% qui consomment des aliments sans aucune valeur nutritive.

Suite à l'analyse des quatre (4) différents groupes d'aliments du Guide Alimentaire Canadien, il a été possible de déterminer quels groupes d'aliments étaient les plus consommés chez les adolescents et ceux étant les plus négligés. Or, sachant les groupes d'aliments les plus négligés l'on peut déterminer les déficiences possibles en nutriments.

Il a été possible aussi de déterminer certaines particularités dans les habitudes alimentaires selon les secteurs d'analyse. La synthèse de ces résultats est présenté au tableau qui suit.

TABLEAU XIV - CONSOMMATION SELON LES QUANTITES RECOMMANDÉES D'APRES LES REGLES ALIMENTAIRES CANADIENNES POUR ADOLESCENTS

GROUPES D'ALIMENTS DU GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	QUANTITÉ RECOMMANDÉE PAR JOUR	DÉPARTEMENT DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE		
		GARCONS	FILLES	TOTAL
GROUPE DU LAIT	4 tasses	29%	23%	26%
GROUPE — Fruits	2 portions	40%	33%	36%
GROUPE — Légumes	2 portions	30%	19%	24%
GROUPE — Pain	4 à 6 portions	74%	41%	57%
GROUPE — Céréales	1 portion	43%	31%	37%
GROUPE DES VIANDES	1 portion	87%	84%	85%

L'on remarque dans le tableau précédent que:

- Le groupe des viandes se classe en premier parmi les quatre (4) groupes d'aliments.

- Le groupe du pain et des céréales se classe en deuxième.

- Le groupe des fruits et des légumes se classe en troisième.

- Le groupe du lait se classe en dernier dû à sa très faible consommation.

- Les filles ont de moins bonnes habitudes que les garçons pour la consommation du lait, des fruits, des légumes, du pain, des céréales et de la viande.

En général, on note une très faible consommation de lait, de fruits et de légumes. Donc, la possibilité d'une teneur en calcium, en vitamine "D", en vitamine "A" et en vitamine "C" inférieure au niveau souhaitable.

PARTICULARITES DES HABITUDES ALIMENTAIRES SELON LES SECTEURS

- Les étudiants du secteur de Ste-Anne-des-Monts et de Rimouski déjeunent moins régulièrement que les étudiants des autres secteurs du territoire. C'est aussi à ces deux (2) endroits que l'on retrouve les plus forts pourcentages d'étudiants ne déjeunant pas.

- Les étudiants du secteur de Matapédia et de Ste-Anne-des-Monts ont les plus forts pourcentages de collations non-nutritives.

- Les étudiants du secteur d'Amqui ont la plus faible consommation de lait, par ailleurs, les étudiants du secteur de Mont-Joli ont la plus grande consommation de lait.

- Les étudiants du secteur de Ste-Anne-des-Monts ont la plus faible consommation de fruits et les étudiants de Mont-Joli ont la plus grande consommation de fruits.

- Les étudiants du secteur de Mont-Joli et de Matane ont la plus grande consommation de légumes.

- Les plus grands consommateurs de pain sont les étudiants du secteur de Rimouski et de Matane et les plus faibles sont les étudiants de Ste-Anne-des-Monts.

- Les plus grands consommateurs de céréales sont les étudiants de Mont-Joli et les plus faibles sont les étudiants de Ste-Anne-des-Monts.

- Les étudiants de Ste-Anne-des-Monts ont un pourcentage plus élevé que les étudiants des autres secteurs du territoire pour la consommation du foie.

En somme, le secteur de Ste-Anne-des-Monts est celui le plus critique au niveau des habitudes alimentaires.

Par ailleurs, celui de Mont-Joli présente le meilleur profil d'habitudes alimentaires.

De même, les garçons ont de meilleures habitudes alimentaires que les filles.

o0o0o0o0o0o

TABLEAU XV COMPARAISON DES RÉSULTATS OBTENUS DE L'ENQUETE NUTRITION CANADA (QUÉBEC) ET CEUX DU TERRITOIRE DU D.S.C. DE RIMOUSKI

ALIMENTS	GARÇONS		FILLES	
	N.C. QUE.	D.S.C.	N.C. QUE	D.S.C.
LAIT ET PRODUITS LAITIERS	2¼	3	1 3/4	2 3/4
FRUITS (portion)	2	1.1	2	1
LEGUMES (portion)	3/4	1	1	0.8
PAIN (tranche)	4½	4¼	3½	3¼
CEREALES (portion)	1	0.4	0.1	0.3
VIANDE, VOLAILLE, POISSON	On constate une consommation au-dessus des quantités recommandées. Les résultats sont comparables à ceux obtenus par l'enquête Nutrition-Canada.			

RÉFÉRENCE: Rapport sur les habitudes alimentaires; Bureau des sciences de la nutrition. Direction générale de la protection de la santé, Ministère de la Santé Nationale et du Bien-être Social. Janvier 1977.

On remarque dans le tableau précédent concernant les résultats obtenus de l'enquête Nutrition-Canada (Qué.) et ceux du territoire du D.S.C. de Rimouski que:

- La consommation moyenne quotidienne du lait est supérieure chez les étudiants du territoire du D.S.C. à la consommation établie par l'enquête Nutrition-Canada (Québec).

- La consommation moyenne quotidienne du pain et des légumes est comparativement semblable dans les deux enquêtes (Québec - D.S.C. Rimouski).

- La consommation moyenne quotidienne des céréales est plus élevée chez les garçons de l'enquête Nutrition-Canada (Qué.) que les garçons du D.S.C. de Rimouski. Par contre la consommation moyenne quotidienne est plus élevée chez les filles du D.S.C. que les filles de l'enquête Nutrition-Canada (Qué.).

- La consommation moyenne quotidienne des fruits chez les garçons et filles de l'enquête Nutrition-Canada (Qué.) est supérieure à celle des garçons et filles du D.S.C. de Rimouski.

CONCLUSION

Cette enquête nous a permis d'analyser les habitudes alimentaires des étudiants du secondaire III (adolescents) du territoire du D.S.C. de Rimouski en regard des quatre (4) différents groupes d'aliments du Quide Alimentaire Canadien, ainsi que la fréquence des repas.

Comme on peut le constater, on remarque que la consommation de certains groupes d'aliments (lait et produits laitiers, fruits, légumes et céréales) pour un nombre important d'étudiants ne rencontre pas les normes alimentaires.